



Asiatische Fleischsuppe mit Siedfleisch vom Federstück

Der kräftige Geschmack und die Farbe des Sudes kommt vor allem von der angeschwärzten Zwiebel. Dazu kommt nicht zuviel Gemüse, vor allem Lauch und Sellerie und so allerhand Gewürze: Ingwer und Koriander, die zusammen mit der am Schluss zugegebenen Sojasauce den asiatischen und leicht pikanten Geschmack ausmachen. Nebst weiteren Gewürzen dürfen gut angeröstete Markbeine nicht fehlen. Zusammen gibt das eine gute, hausgemachte Bouillon, ein wenig exotischer und auch frischer als manche fertige Bouillon.

Der Arbeitsaufwand hält sich in Grenzen, aber die Kochzeiten sind lang. Der Sud wird mit allen Zutaten (ausser der Sojasauce) in kaltem Wasser aufgesetzt und ganz langsam erhitzt, so ca. 30 Minuten sollte es dauern bis der Siedepunkt erreicht ist. Danach köchelt der Sud für eine gute Stunde weiter (und nachher gart das Fleisch für weitere 3 Stunden im Sud...). Die Zutaten sind dann ausgekocht und können abgeseibt und entsorgt werden (das Knochenmark gibt eine kleine Zwischenmahlzeit für den Koch). Der Sud wird gesalzen und mit Sojasauce abgeschmeckt. Dabei sollte man Zurückhaltung üben, den während der Garzeit des Fleisches wird die Bouillon weiter einreduziert und konzentrierter.

Am Besten nimmt man das Fleisch aus dem Kühlschrank, sobald man mit der Zubereitung des Sudes beginnt, so nimmt es Raumtemperatur an, was die Garzeit deutlich verkürzt. Das Federstück wird aus der Rippe des Rindes geschnitten, es ist deutlich kräftiger von Fett durchzogen als der davorliegende Brustkern. Beides sind klassische Siedfleischstücke, wobei das Federstück eher etwas länger gegart werden muss, aber auch von kräftigerem Geschmack ist. Es muss 3 Stunden knapp am Siedepunkt (90° bis 95°) garen. Nach 1 1/2 Stunden kommt kleingeschnittenes Gemüse dazu. Die dazu passenden Reissnudeln werden separat gekocht und erst beim Anrichten zugegeben.

Zutaten (3 Portionen)

700g Federstück

Sud:

2	Markbeine
1	grosse Zwiebel
1	Stück Sellerie (ungeschält)
12cm	Lauch vom grünen Teil
6-7	Petersilienstängel
4cm	Peperoncino
2	Knoblauchzehen
3cm	Ingwer ungeschält
2	grosse Lorbeerblätter
10	schwarze Pfefferkörner
20	Korianderkörner
6	Nelken
1/2Tl	Kreuzkümmel
4El	Sojasauce
2l	kaltes Wasser

Suppe:

1,5l	abgeseibter Sud
200g	kleingeschnittenes Gemüse (Rüebli, Lauch, Sellerie)
30g	Reisnudeln (pro Teller)

Zubereitung

Kaltes Wasser in eine Pfanne füllen.

Zwiebel halbieren, zusammen mit den Markbeinen in einer trockenen Bratpfanne anrösten bis die Schnittflächen der Zwiebel schwarz werden und die Markbeine kräftige Röstspuren zeigen. Ins kalte Wasser geben.

Selleriestück und Ingwer ungeschält unter fließendem Wasser abbürsten. Lauch kurz abspülen. Ingwer zu dünnen Scheiben schneiden, Lauch und Sellerie zu groben Stücken schneiden. Peperoncino längs halbieren und von den Kernen befreien. Zusammen mit den anderen Gewürzen und den Petersiliestängeln, aber ohne Sojasauce ins kalte Wasser geben.

Ganz langsam aufkochen, es sollte gegen eine halbe Stunde dauern bis der Sud zu köcheln beginnt. Sud 1 1/4 Stunden leicht köcheln lassen.

Sud absieben und auffangen, ausgekochte Gemüse und Gewürze entsorgen. Sud in die Pfanne zurückgeben und mit Sojasauce und Salz (ca. 1Tl) abschmecken. Federstück zugeben und 3 Stunden knapp unter dem Siedepunkt (ca. 90°) ziehen lassen.

Rüebli, Lauch und Sellerie zu kleinen Stücken schneiden und nach 1 1/2 Stunden zum Fleisch geben. Man braucht die Bouillon nicht zu klären, gegen Ende der Kochzeit klärt sie sich von selber.

Leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Reisnudeln zugeben und ca. 4 Minuten köcheln lassen und in ein Sieb abgiessen.

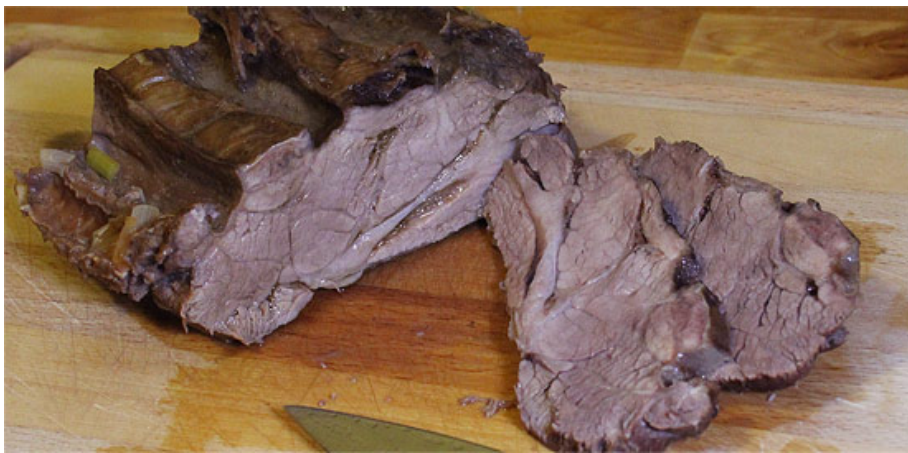
Fleisch aus dem Sud nehmen und aufschneiden, in Tellern mit Suppe anrichten, Reismudeln dazugeben und servieren.







Reisnudeln



Siedfleisch aufschneiden